

## ABSTRAK

Nyeri menstruasi (dismenore) pada mahasiwa dapat menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari. Penanganan Nyeri menstruasi (dismenore) dapat dilakukan salah satunya dengan pengobatan non farmakologi yakni pijat tuina. Tujuan penelitian mengetahui efektivitas pijat tuina terhadap Nyeri menstruasi (dismenore) pada mahasiswi prodi S1 Keperawatan FKK UNUSA Surabaya.

Desain penelitian *Pra Experimen* dengan pendekatan *One-group pra-post test design*, populasi 35 mahasiswi semester VIII dengan jumlah responden 32 orang yang mengalami Nyeri menstruasi (dismenore) dan bersedia menjadi responden. Teknik *sampling* adalah *Cluster Sampling*. Variable independen pijat tuina dan variable dependen tingkat nyeri menstruasi. Instrument penelitian kuisioner NRS (*Numeric Rating Scale*), analisa data dengan uji *statistic Paired Sample t-test* dengan  $\alpha < 0,05$ .

Hasil penelitian didapatkan nilai rata-rata tingkat Nyeri menstruasi (dismenore) sebelum dilakukan pijat tuina yakni 5,47. Setelah dilakukan pijat tuina nilai rata-rata tingkat Nyeri menstruasi (dismenore) yakni 3,56. Hasil uji *statistic Paired Sample t-test* didapatkan  $P = 0,000 < \alpha = 0,005$  sehingga  $H_0$  ditolak jadi pijat tuina efektif terhadap penurunan Nyeri menstruasi (dismenore) pada mahasiswi prodi S1 Keperawatan FKK UNUSA Surabaya.

Pijat tuina efektif dalam menurunkan tingkat nyeri menstruasi. Diharapkan perawat dapat berperan serta dalam memberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan pengobatan alternatif pijat tuina sebagai salah satu terapi non farmakologi.

**Kata kunci: Pijat Tuina, Tingkat Nyeri menstruasi (dismenore)**